

# 疑似艾滋感染 做个 HIV 检测

艾滋病又称为获得性免疫缺陷综合征(AIDS),是由于机体感染了人类免疫缺陷病毒(HIV)而引发的免疫功能缺陷性疾病,如果不进行系统治疗,可并发各种严重感染和恶性肿瘤,最终导致患者死亡。临床上判断是否感染了艾滋病,主要是通过 HIV 检测来实现,下面我们就来详细了解一下 HIV 检测的相关内容。

## HIV 检测的必要性

人类免疫缺陷病毒是一种能攻击人体免疫系统的病毒,它专门侵害 CD4+ T 淋巴细胞,导致免疫系统功能逐渐下降,最终使人体丧失对各种感染和疾病的抵抗能力。

HIV 的传播途径主要包括性传播、血液传播和母婴传播。患者感染早期可能没有明显症状,如果能在早期通过 HIV 检测发现,从而迅速采取治疗措施,就能控制疾病的进展。虽然目前艾滋病尚无法完全治愈,但早期治疗可以显著降低病毒载量,保护免疫系统,延长患者的生命,提高生活质量。此外,在得知感染 HIV 后,患者可以采取必要的措施,避免将病毒传播给他人。

## HIV 检测的类型

1. 抗体检测 这是最常见的 HIV 检测方法,通过采集血液样本检测 HIV 抗体来判断是否感染。抗体是身体对病毒的反应产生的蛋白质,通常在感染后几周至几个月内可以检测到。

2. 抗原检测 与抗体检测不同,抗原检测是直接检测血液中的 HIV 病毒。这种检测方法可以更早地发现是否感染,通常在感染后 2~3 周内即可检测到病毒。

3. 病毒载量检测 这种检测主要用于已经感染 HIV 的人,通过测量体内病毒的数量来评估治疗效果和疾病进展。一般来说,病毒载量越高,说明病情越严重。

4. CD4+T 淋巴细胞检测 HIV 病毒主要攻击 CD4+T 淋巴

细胞,导致这一指标降低。因此,通过检测 CD4+T 淋巴细胞的数量,也可以判断是否存在 HIV 感染。

## 如何进行 HIV 检测

HIV 检测通常在医疗机构(如医院、诊所)或专门的检测机构进行。检测过程相对简单,一般包括以下步骤。

1. 咨询与登记 进行检测前,医生会向患者解答关于 HIV 和检测的相关问题。同时,患者需进行个人信息登记,以便后续追踪和管理。

2. 采集样本 HIV 检测通常是采集静脉血液样本进行检测。采集过程中会采取严格的无菌操作,确保样本的准确性和可靠性。

3. 实验室检测 采集的血液样本会被送到实验室,并根据检测类型(抗体、抗原、病毒载量等)选择相应的试剂和方法进行检测分析。

4. 结果解读 检测完成后,医生会解读检测结果并提供相应的咨询。如结果为阴性,说明未检测到 HIV 感染;如结果为阳性,则需要进一步确认并采取相应的治疗措施。

## 关于 HIV 检测的两个问题

1. 关于患者隐私 HIV 检测是一项私人医疗行为,医疗机构和检测人员有责任和义务保护患者隐私。因此,患者可以放心提供个人病史和信息。

2. 关于窗口期 感染 HIV 后的一段时间内(通常为几周至几个月),抗体可能无法被检测到,

这段时间被称为窗口期。如果在窗口期内进行检测,即使已经感染,结果仍可能为阴性。因此,对于 HIV 感染高风险人群或疑似感染者,建议反复复查,以确保结果准确性。随着技术的不断发展,新的检测方法也在不断涌现,可以提高检测的敏感性和特异性。

## 预防 HIV 感染的措施

1. 安全性行为 避免不安全的性行为是预防艾滋病的关键。固定性伴侣、避免性滥交、正确使用安全套等措施,可以大大降低艾滋病感染风险。

2. 远离毒品 注射吸毒是 HIV 传播的重要途径,远离毒品、避免共用注射器,可以减少感染机会。

3. 母婴阻断 对于已经感染 HIV 的孕妇,应采取抗病毒药物干预和母婴阻断措施,以降低新生儿感染的风险。新生儿出生后应避免母乳喂养而选择人工喂养。

4. 血液安全 不接受未通过 HIV 抗体检测的血液和血液制品;献血时应到正规献血点以确保血液安全;避免使用未经严格消毒的器具进行纹身、扎耳洞等有创操作。

5. 个人防护 不与 HIV 感染者共用牙刷、剃须刀等个人物品;进行侵入性检查和治疗时应到正规医疗机构,避免医源性感染;一旦被 HIV 感染者用过的器具意外刺伤,应尽快采取抗 HIV 药物治疗。

北海市第二人民医院 李志峰

## 为高血压患者 提供全科医疗服务

高血压已经成为一种常见的慢性疾病,给个人健康和社会医疗系统带来了重大挑战。治疗高血压需要长期的管理和多方面的干预,本文将深入探讨如何通过全科医疗服务为高血压患者提供科学、合理的援助,让患者更好地了解疾病、参与管理,并最终实现控制血压、减少并发症的目标。

### 什么是全科医疗服务

全科医疗服务是以患者为中心、家庭为基本单位的综合性医疗服务模式,它包括疾病的预防、诊断、治疗和康复,旨在为患者提供全面、连续、协调的医疗保健。全科医生是这一服务模式的主要提供者,他们拥有广泛的医学知识和技能,能够处理各种常见和多发病症,同时也能够应对复杂和罕见病例。

### 全科医疗服务的具体措施

1. 定期检测和评估 全科医生应定期为患者检测血压,进行身体评估,全面了解患者的健康状况,包括评估饮食、运动习惯、药物使用情况,以及其他可能影响高血压的因素。

2. 制定个性化治疗方案 根据患者的具体情况,全科医生可以为其制定个性化的治疗方案,包括药物治疗、调整生活方式(如饮食、运动等),以及其他必要的治疗措施。

3. 健康教育 向患者提供有关高血压的知识,包括病因、症状、治疗方法和预防措施,有助于提高患者的自我管理能力和对疾病的认识。

4. 持续监测和调整治疗方案 全科医生应定期检查患者的血压控制情况,并根据需要调整治疗方案,包括调整药物剂量、更换药物种类,或提供进一步的医疗建议。

5. 团队合作 全科医生与心血管专家、营养师、理疗师等专业人士紧密合作,为患者提供全面的医疗服务,确保患者得到最佳的治疗和管理。

6. 心理支持 高血压可能给患者带来一定的心理压力,全科医生需要提供相应的心理咨询服务,以减轻患者的焦虑或抑郁情绪,提高生活质量。

7. 记录和管理 建立完整的医疗记录,跟踪患者的病情发展和治疗效果,有助于医生做出更好的治疗选择,为患者提供长期管理策略。

8. 预防并发症 全科医生应关注并预防高血压可能引发的并发症,如心脏病、脑血管疾病和中风等。

9. 加强随访 定期对患者进行随访,电话、视频、短信或面对面交流等形式均可,以及时了解他们的状况,解答疑问,提供必要的支持和指导。

对于患有高血压的人群来说,全科医疗服务提供了系统的健康管理方案,让患者能够得到全方位的关怀,包括量身定制治疗计划、生活方式的调整建议,以及定期的随访评估。全科医生在高血压患者应对疾病的过程中扮演着重要的角色,通过这种服务,患者可以在家庭和社区的支持下,获得更全面、更便捷的医疗资源,从而稳定控制血压,提升生活质量,实现持续健康的目标。

衡阳市祁东县黄土铺镇卫生院

李尚文

## 长期打鼾危害大 应及时治疗

夜深人静,身边鼾声此起彼伏,绵延不绝,很多人常被家人打鼾所困扰,无法入睡,痛苦不已。打鼾,在生活中很常见,大家常不觉得是多大的事,有的人甚至认为打鼾是睡得香、睡得好的表现,殊不知,打鼾可能是病,严重时还可能要命。那么,打鼾有哪些危害?有什么办法可以缓解呢?

打鼾在医学上称为阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征,以打鼾、睡眠结构紊乱、血氧饱和度下降,以及白天嗜睡、注意力

不集中、记忆力减退等为主要表现。打鼾主要与睡觉时气道狭窄有关,空气通过狭窄部位时会形成漩涡,引起悬雍垂和舌根快速震动,从而发出呼噜声。研究表明,肥胖、鼻咽部疾病(鼻炎、扁桃体炎等)、过度疲劳、饮酒、三高人群更易打鼾。而长期打鼾容易导致人体缺氧甚至窒息,不仅可诱发心肌梗、脑梗等心脑血管疾病,还会增加恶性肿瘤死亡率、影响胎儿发育等严重后果,因此,打鼾是病,得治。

首先,患者可以通过改变睡姿来缓解,例如,改平卧为侧卧,最好购买适当高度的枕头维持侧卧姿势;其次,改变生活饮食习惯,如戒烟戒酒,养成早睡早起的作息习惯;第三,维持鼻腔通畅,这对于因鼻腔阻塞引起的打鼾效果较好,如揉按鼻翼双侧迎香穴;第四,对于因过于肥胖引起的打鼾,则需要通过饮食、运动、药物等综合方法控制体重来缓解。

湖南中医药大学第一附属医院

肛肠科 袁畅